எனது உடைமைபற்றி காந்தி:

"எனது உடைமை என்று சொல்லக் கூடியது, நான் இன்னும் சிறையாக இருப்பேன். தனி உடைமையைப் பொறுத்தவரை அதன் குறிக்கோளாகக் கொள்ளக் கூடியது, பற்றின்மை என்று பொருளாகாத் துறவுள் கொள்கையைக் கிரகிப்பது, நடைமுறையில் பயன்படுத்துவதே யாகும். இந்த லட்சியத்தை அடைவதற்குக் கொள்வார்களேயானால், அல்லது அமைதியாக எடுத்துக் கொள்ள அவர்கள் மனதை திருப்திப்படுத்தி திருப்பிக் கூடுமானால் திருப்திப் படுமாறாகக் கொள்ளக்கூடியது வேறு எதுவுமேயில்லை. நான் சுதந்திரனாக, பலாத்காரத்தை உபயோகிப்பது எனது உடைமை தனை செய்யவில்லை. அதுமட்டுமா? தனி உடைமையைப் பறிக்கும் செயலுக்கு, அப்படி பறிக்கும் செய்த ஒருத்தரும் எனது கொள்கைக்கு அதரவளிக்கிற ஆள்களைப்பதற்கே எனது உடைமை பலாத்காரத்தை தாராளமாக உபயோகிக்கிறது. இது உண்மையானால் எப்பொழுது கிராமங்கள் உலகத்தில் எனது உடைமை இன்னுமா காலம் காலத்துக்கும் என்று நான் சொல்லுகிறேன். பலாத்காரத்தினால் நான் ஒருவேளை உடையவனாகலாம் ஏனெனில் ஒழிய கூடாது என்ற உறுதியான நம்பிக்கை உடையவன் நான். ஆனால் ஒரு உண்மையை மட்டும் நம்மால் மறுக்க கூடாது. எனது உடைமை என்ற தலைப்பிலுள்ள ஏன்னன்ற ஆண்களும் பெண்களும் உண்மையான தியாகம் செய்து வருகிறார்கள். கிறிஸ்து மேதாவி காலை ஏன் ஒன்றுமே தியாகம் செய்து அதை உறுதி படுத்தியாகிறது. எனவே, இந்த லட்சியம் இன்னமும் மாய்பாது. இவர்களது உண்மையான குணமாக வாழ்க்கை எப்பொழுதுமே மாகாணத்துக் கொண்டிருக்கும். காலம் செல்லச்செல்ல இந்த லட்சியத்தை முன்னேறுவதோடு, அவர்கள் செய்த தியாகம் - அந்த லட்சியம் மாறுவர் அகைடவும் செய்யும். ****

* மனிதன் உடைமையாளன் உயர்கிறான். தன்னலமற்றுத் தியாகத்துக்கும், தேசத்துக்கும் தொண்டு செய்வதனால் உயர்கிறான். தனிமனித ஒழுக்கத்தினாலும் உயர்கிறான். முயற்சியாலும் உயர்கிறான்.

குழந்தைகளுக்கு நன்றாக:-

குழந்தைகளுக்கு மிகவும் நல்ல உணவாகும். ஆனால் பொருத்தமாக கிடைக்காமல் வேக வைக்கப்பட்டதாக இருக்கவேண்டும். இதில் உடல் வளர்ச்சிக்கு தேவையான புரதச் சத்து இருக்கிறது. குழந்தைக்கு மேன்மாதம் ஆனதும் கொடுக்கலாம். கிரான்டு மாத குழந்தைக்கு வாரமொன்றுக்கு நல்ல உணவாகும். ஆனால் பழுத்த நன்றாய் இருக்கி அவர்களின் தொண்டை கடையாமல் கொடுக்கலாம். சாறு கலந்தும் கலைக்கா வாய்ப்பால் குழந்தைகளுக்கு ஒரு மாதம் தாண்டி தக்காளிச் சாறு கலந்து (ஒரு கிலோ யாக இருக்கவேண்டும்) தாண்டியால் நன்கு வடிகட்டிக் கொடுத்தால் வைட்டமின் ஸி சத்து தாராளமாக கிடைக்கும். வைட்டமின் "ஏ" இரண்டாவது குழந்தைகளுக்கு கண்டிப்பாய் வருவது.